

Pregúntame 3TM

Tres preguntas que usted debe hacer sobre su salud.

Buenas Preguntas para su Salud

Cada vez que hable con su doctor, enfermera o farmacéutico haga 3 preguntas para entender mejor su salud.

1

¿Cuál es mi mayor problema?

2

¿Qué tengo que hacer?

3

¿Por qué es importante para mí hacer esto?

Pregunte a su doctor, enfermera o farmacéutico:

1

¿Cuál es mi mayor problema?

2

¿Qué tengo que hacer?

3

¿Por qué es importante para mí hacer esto?

¿Cuándo puede hacer estas preguntas?

Haga las tres preguntas cuando:

- Vea a su doctor, enfermera o farmacéutico.
- Se esté preparando para una prueba o procedimiento médico.
- Reciba sus medicinas.

¿Qué puede hacer si después de preguntar aún no entiende?

- Déjele saber al doctor, enfermera o farmacéutico que usted no entendió lo que ellos desean que usted haga.
- Usted puede decirle, “Esto es nuevo para mí. ¿Puede explicármelo una vez más?”

Pregúntame 3 son las tres preguntas que usted debe hacer sobre su salud. El programa está diseñado para ayudarle a cuidar mejor de su salud.



¿Quién necesita hacer 3 preguntas?

Todo el mundo quiere ayuda para entender la información sobre

salud. Usted no está solo si encuentra que la información sobre salud es a veces confusa. Hacer preguntas le ayuda a entender cómo mantenerse saludable o sentirse mejor.

¿Quién quiere responder a la 3 preguntas?

¿Le pone nervioso hacerle preguntas a su proveedor de servicios de salud? No se preocupe. Usted se sorprenderá de saber que a su equipo médico le interesa que usted le deje saber que necesita ayuda.

Como todos nosotros, los doctores tienen agendas muy ocupadas.

Pero aún así, su doctor quiere que usted sepa:

- Lo más posible sobre su condición.
- Por qué esto es importante para su salud.
- Los pasos a seguir para mantener su condición bajo control.

Hoy usaré Pregúntame 3™

Tres preguntas que usted debe hacer sobre su salud.

1

¿Cuál es mi mayor problema?

2

¿Qué tengo que hacer?

3

¿Por qué es importante para mí hacer esto?

Hacer estas preguntas me puede ayudar a:

- Cuidar de mi salud
- Prepararme para pruebas médicas
- Tomar mis medicinas de la manera correcta
- No necesito sentirme apresurado o abochornado si no entiendo algo. e Puedo preguntarle a mi doctor otra vez.
- Cuando hago las 3 preguntas, estoy preparado. Sé que hacer por mi salud.

Como muchas personas, puede que usted vaya a más de un doctor. Es importante que todos sus doctores sepan todas las medicinas que está tomando para que pueda mantenerse saludable.

Lleve sus medicinas la próxima vez que vaya al doctor o escriba las medicinas que toma todos los días en este espacio, para que su doctor, enfermera o farmacéutico pueda leerlas.

Pregúntame 3 es un programa educativo de la **Sociedad para la Comunicación Clara sobre Salud** — una coalición de organizaciones nacionales que están trabajando en conjunto para promover la concientización y las soluciones en torno al tema del bajo nivel de alfabetización en salud y su efecto sobre los resultados de salud.

Los miembros del Comité Directivo de la Sociedad son:

American Federation for Aging Research
American Medical Association Foundation
American Nurses Association
American Pharmacists Association
American Public Health Association
David Baker, MD

California Literacy, Inc.
National Alliance for Caregiving
National Alliance for Hispanic Health
National Association of Community Health Centers
National Coalition for Literacy
National Council of La Raza, Institute for Hispanic Health

The National Council on the Aging
National Health Council
National Medical Association
Janet Ohene-Frempong, MS
Partnership for Prevention
Pfizer Inc
ProLiteracy Worldwide



Sociedad para la
Comunicación Clara sobre Salud™